

Henna Aarnio

”KUNPA JOKU VETÄIS TÄNNE ASFALTIN”

- Pyörätuolikoripallolajileirin kehittäminen Pitkis-Sport leirillä esteettömyyden näkökulmasta

Sosiaalialan koulutusohjelma

2013

”KUNPA JOKU VETÄIS TÄNNE ASFALTIN” - Pyörätuolikoripallolajileirin kehittäminen Pitkis-Sport leirillä esteettömyyden näkökulmasta

Aarnio, Henna
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2013
Ohjaaja: Karinharju, Kati
Sivumäärä: 42
Liitteitä: 0

Asiasanat: esteettömyys, pyörätuolikoripallo, kaikille avoin toiminta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tarkastella ja kehittää Pitkis-Sport -leirin pyörätuolikoripallolajileiriä esteettömyyden näkökulmasta. Pyörätuolikoripallo oli ensimmäisen kerran mukana Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n (LiikU ry:n) järjestämällä suurleirillä vuonna 2012. Idea opinnäytetyön tekemiseen nousi yhden leiriläisen lausahduksesta: ”Kunpa joku vetäis tänne asfaltin.” Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Satakunnan ammattikorkeakoulun, LiikU ry:n sekä Suomen vammaisurheilu ja -liikunta ry:n (VAU ry:n) kanssa.

Opinnäytetyössä tarkastellaan esteettömyyden osa-alueita nuoren pyörätuolikoripallolajileiriläisen osallistumisen mahdollisuuksien näkökulmasta. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä käyttäen haastatteluja ja osallistuvaa havainnointia tutkimusmenetelminä.

Opinnäytetyön tuloksia ovat toimintaympäristöön tehdyt muutokset, joilla parannettiin leiriläisten toimintamahdollisuuksia leirillä, sekä kehitysideat vuoden 2014 leirille. Tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden näkökulmasta kehitettäviä asioita on muun muassa markkinoinnissa ja toimintaympäristön näkökulmasta kehitettävää on esimerkiksi fyysistä esteettömyyttä koskevissa asioissa.

"I WISH SOMEONE WOULD PUT ASPHALT HERE" – Developing wheelchair basketball camp in Pitkis-sport camp in Pitkis-Sport from the accessibility point of view

Aarnio, Henna

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

November 2013

Supervisor: Karinharju, Kati

Number of pages: 42

Appendices: 0

Keywords: accessibility, wheelchair basketball, all inclusive activity

The purpose of this thesis is to study and develop Pitkis-Sport camp's wheelchair basketball camp from the accessibility point of view. Wheelchair basketball first became a part of a camp organized by Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (LiikU ry) in 2012. The idea for this thesis came up from one camper's comment: "I wish someone would put asphalt here." The thesis was carried out in collaboration with Satakunta University of Applied Sciences (SAMK), LiikU Ry and Finnish Sports Association of Persons with Disabilities (VAU ry).

This thesis studies the different fields of accessibility from the perspective of a young wheelchair basketball camper's chances of participation. The thesis was carried out as a functional study using interviews and participative observation as research methods.

The results of this thesis are the changes made in the operational environment with which the possibilities for activities in the camp were improved and also the developmental ideas for the camp of 2014. Things to develop from the intellectual and economical accessibility's point of view are among others, in marketing and from the operational environment's point of view in issues concerning physical accessibility.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖPROSESSI.....	8
2.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	8
2.2	Opinnäytetyön yhteistyökumppanit.....	8
2.2.1	LiikU ry.....	8
2.2.2	SAMK- esteettömyys.....	9
2.2.3	VAU ry.....	9
2.3	Opinnäytetyön tavoitteet.....	10
2.4	Opinnäytetyön menetelmät.....	10
2.5	Opinnäytetyön eteneminen.....	12
3	TERVEYDEN MÄÄRITELMÄ JA LIIKUNNAN MERKITYS.....	13
3.1	Liikunnan merkitys lapsille ja nuorille.....	13
3.2	Liikunnan merkitys liikuntarajoitteiselle.....	14
3.3	Leiritoiminnan ja luontoliikunnan merkitys lapsille ja nuorille.....	15
4	LEIRITOIMINTAA KAIKILLE.....	16
4.1	Inkluusio ja integraatio.....	16
4.2	Kaikille avoin toiminta.....	17
4.3	Kaikille avoin Pitkis-Sport -liikuntaleiri.....	17
4.3.1	Pyörätuolikoripallo lajina.....	17
4.3.2	Pyörätuolikoripallolajileiri.....	19
5	ESTEETTÖMYYS.....	19
5.1	Yleisesti esteettömyydestä.....	19
5.2	Esteettömyyden osa-alueet.....	20
6	OPINNÄYTETYÖN RAPORTOINTI JA TULOKSET.....	22
6.1	Pyörätuolikoripallolajileirin havainnointi.....	22
6.2	Haastattelu.....	22
6.3	Pyörätuolikoripalloleirin tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden tarkastelu.....	25
6.4	Pyörätuolikoripalloleirin toimintaympäristön tarkastelu.....	27
6.4.1	Fyysisen ympäristön tarkastelu.....	27
6.4.2	Psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön tarkastelua.....	33
7	POHDINTA.....	35
7.1	Aiheen valinta.....	35
7.2	Teoria.....	36
7.3	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	37

7.4 Raportointi ja tulokset.....	37
7.5 Jatkotutkimusaiheita ja yhteenveto	38
LÄHTEET	40

1 JOHDANTO

Kaikilla ihmisillä pitää olla mahdollisuus harrastaa ja liikkua samoissa paikoissa. Fyysisen terveydentilan ei pitäisi vaikuttaa siihen, missä kukakin voi liikkua. Suomen perustuslaki määrittää, että ilman hyväksyttävää perustetta ei saa ketään asettaa eri asemaan esimerkiksi iän, sukupuolen, kielen, uskonnon, terveydentilan tai vammaisuuden perusteella. Lain mukaan lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä ja heidän pitää saada itse vaikuttaa omiin asioihinsa kehitystään vastaavalla tasolla. (Suomen perustuslaki 11.6.1999/731.)

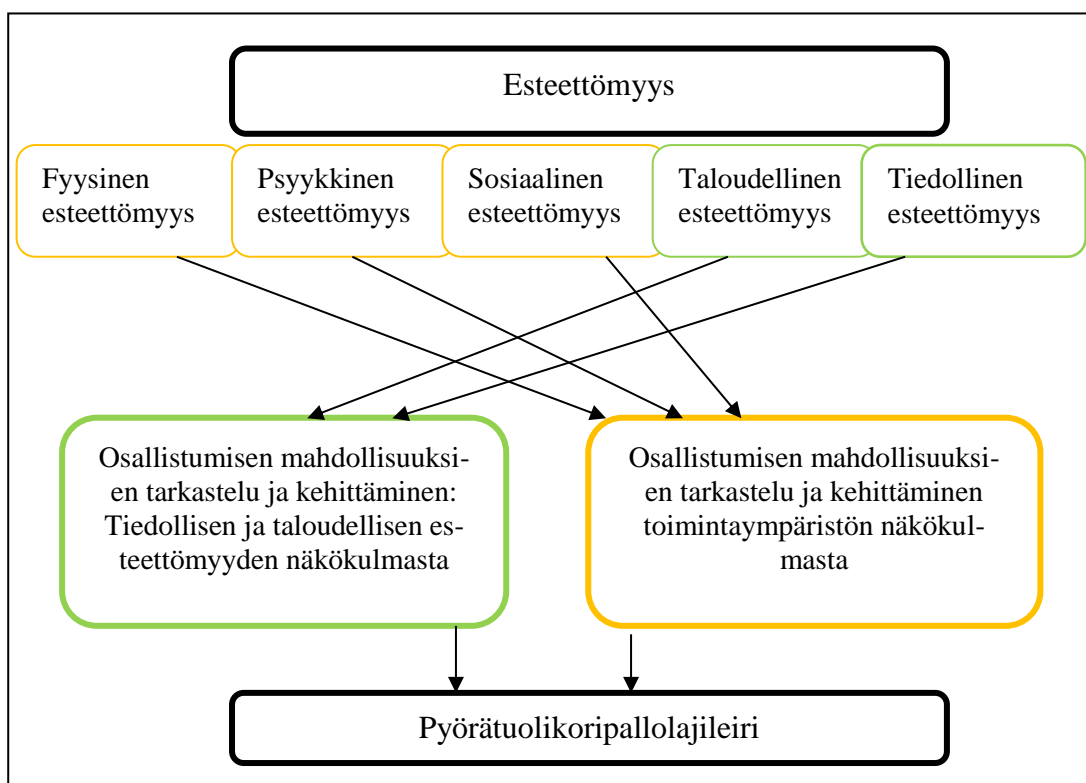
Esteetön ympäristö on monille ihmisryhmille välttämätön ja samalla se auttaa myös muita ympäristön/tilojen käyttäjiä. Yleensä esteettömät tilat ovat selkeitä ja aukeita, jolloin esimerkiksi tilojen siivoaminen ja tavaroiden kuljettaminen on helpompaa kaikille. (Invalidiliiton esteettömyyskeskus 2013.)

Esteettömyys voidaan jakaa sosiaaliseen, psyykkiseen, toiminnalliseen, taloudelliseen ja tiedolliseen esteettömyyteen. Tasa-arvon kannalta sosiaalinen esteettömyys on tärkeintä, sillä kenenkään ei pitäisi joutua syrjinnän kohteeksi ja kaikkien pitäisi voida olla oma itsensä ilman pelkoa kiusatuksi tulemisesta. (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013a.)

Pitkis-Sport on Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n (LiikU ry:n) järjestämä leiri Kokemäen Pitkäjärven leirintäalueella. Suurleiri järjestetään joka kesä viikolla 27. Leirille osallistuu vuosittain noin 1500 leiriläistä ja 200 ohjaajaa/muuta henkilökuntaa. Jokainen leirille haluava ilmoittautuu suoraan jollekin yli 40 eri lajileiristä, joista leiri koostuu. Pyörätuolikoripallo tuli yhdeksi lajileirivaihtoehdoksi vuoden 2012 leirille. (Pitkis-Sport www-sivut 2013a.) Vuonna 2010 fysioterapiaopiskelija Annika Mäkelä teki Pitkis-Sportista opinnäytetyön: ”Kaikille avoin liikuntaleiri: suoritusten ja osallistumisen tarkastelua fysioterapian näkökulmasta.” Opinnäytetyö sisältää esteettömyyskartoituksen alueesta. (Mäkelä 2010, 11.) Sitä on hyödynnetty pyörätuolikoripalloleiriä suunniteltaessa Pitkis-Sportille.

Pyörätuolikoripallolajileiri antaa pyörätuolia käyttäville nuorille mahdollisuuden osallistua Pitkis-Sport -leirille tasa-arvoisesti muiden nuorten kanssa. Idea opinnäytetyön tekemisestä heräsi, kun yksi nuori totesi viimeisenä päivänä pyörätuolikoripallolajileirillä vuonna 2012: ”Kunpa joku vetäis tänne asfaltin.” Tämän ajatuksen pohjalta aloimme pohtia, mitä kaikkea voisimme kehittää ja parantaa seuraavaa vuotta varten, jotta leiriläisillä olisi siellä helpompaa ja mukavampaa.

Opinnäytetyön tavoitteena on tarkastella nuorten osallistumisen mahdollisuuksia pyörätuolikoripalloseurille tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden sekä toimintaympäristön näkökulmista. Nämä tarkastelukulmat liittyvät osaltaan esteettömyyden alueisiin. Tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden tarkasteluun liittyvät sekä tiedollinen että taloudellinen esteettömyys: miten leiriä markkinoidaan, miten siitä olevat tiedot ovat saavutettavissa sekä paljonko leiri maksaa nuorelle ja mitä leirimaksu pitää sisällään. Toimintaympäristön tarkasteluun liittyvät fyysinen esteettömyys, psyykkinen esteettömyys sekä sosiaalinen esteettömyys. Näillä kaikilla on merkitystä nuorten liikkumiseen leirintäalueella, lajiharjoituksiin ja mahdollisuuteen osallistua leirille. Esteettömyyden tarkastelukulmien yhteydet opinnäytetyön tavoitteisiin ovat esiteltynä kuviossa 1.



Kuvio1. Opinnäytetyön tavoitteet ja tarkasteluidea

2 OPINNÄYTETYÖPROSESSI

2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää yhdistää käytännön toteutus ja raportointi tutkimusraportointia käyttäen. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on, että se tavoittelee käytännön toiminnan opastamista, ohjaamista, tai toiminnan järjestämistä tai järjestämistä. Esimerkkejä toiminnallisesta opinnäytetyöstä voi olla perehdyttämiskansio, turvallisuusohje tai jonkin tapahtuman järjestäminen. (Vilka & Airaksinen 2004, 9.)

Toiminnallista opinnäytetyötä tukevat sosionomiopinnot (AMK). Tutkinnon tavoitteena on kasvattaa opiskelijoista vahvoja sosiaalialan osaajia. Opintoihin kuuluu paljon yhteistyötä työelämän kanssa. Sosionomin (AMK) työtehtäviin työkentällä kuuluvat muun muassa kehityksen ja sosiaalisen toimintakyvyn tukemista, yhteisöjen vahvistamista, palveluihin ohjaamista ja niiden tuottamista sekä työn kehittämistä eri asiakasryhmien kanssa. Sosionomin (AMK) työhön kuuluu myös muiden ihmisten hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden edistämistä. (SAMK:in [www-sivut](http://www.samk.fi) 2013.)

Opinnäytetyöni tarkoitus on tarkastella ja kehittää pyörätuolikoripallolajileiriä leiriläisille paremmaksi. Lähes kaikki leiriläiset pyörätuolikoripallolajileirissä käyttävät pyörätuolia liikkumiseen ja näin ollen heidän toimimisensa leirintäalueella on erilaisista kuin kävelevillä. Opinnäytetyöni pääpaino on esteettömyyden tarkastelussa ja sen teorioihin peilaten on tarkoitus toteuttaa tämä opinnäytetyö.

2.2 Opinnäytetyön yhteistyökumppanit

2.2.1 LiikU ry

LiikU ry on Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, joka on perustettu 1993. Se toimii Lounais-Suomessa yli tuhannen urheiluseuran asialla ja sen jäsenenä on sekä seuroja että liikuntaa tarjoavia järjestöjä. LiikU ry on liikunnan asiantuntija, joka liikuttaa lapsia ja aikuisia erilaisissa tapahtumissa ja leireillä, joista yksi on Pitkis-

Sport. LiikU ry myös kouluttaa seuratoimijoita, lasten kanssa työskenteleviä henkilöitä sekä työyhteisöjä liikuttamaan muita ihmisiä. (LiikU ry:n www-sivut 2013b.)

2.2.2 SAMK- esteettömyys

Satakunnan ammattikorkeakoulu (SAMK) on useamman vuoden ajan pyrkinyt edistämään alueellista esteettömyyttä. Tutkimus- ja kehittämistyötä SAMK:issa on tehty alueen yksityisten palveluntarjoajien ja julkisen sekä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Tällä on pyritty saavuttamaan mahdollisimman hyvä tulos kokonaisvaltaisen esteettömyyden varmistamiseksi. Organisaatio on sitoutunut esteettömyyden tutkimiseen ja kehittämiseen, mikä näkyy siinä että esteettömyys on ollut yksi neljästä kehittämistyön kärkialueesta vuoden 2013 alusta. Toimivaan arkeen, tiedolliseen ja sosiaaliseen ympäristöön sekä fyysisiin olosuhteisiin kiinnitetään erityisesti huomiota. SAMK:in kärkiosaamista ovat esteettömyyden ja saavutettavuuden alueella tiedollinen saavutettavuus, fyysisen ympäristön esteettömyys sekä tasavertaisuus arjessa ja vapaa-ajalla. (Karinharju 2013.)

2.2.3 VAU ry

VAU ry eli Suomen vammaisurheilu ja -liikunta ry on järjestö, jonka tehtävänä on suunnitella, toteuttaa ja kehittää liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisten sekä henkilöiden, joille on tehty elinsiirto, liikunnan harrastamisen ja kilpailemisen olosuhteita ja mahdollisuuksia. VAU ry järjestää toimintaa ja tapahtumia kaiken ikäisille sekä harrastetoimintana että kilpaurheiluna. Nuorisotoiminta, harrasteliikunta, kilpa- ja huippu-urheilu sekä järjestötoiminta ovat VAU ry:n toimialoja. VAU ry:n toiminnan arvoja ovat yhteisöllisyys, esteettömyys, saavutettavuus, osallisuus ja oikeudenmukaisuus. (VAU ry:n www-sivut 2013b.)

2.3 Opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyöni tavoitteena on tarkastella ja kehittää pyörätuolikoripallolajileiriä Pitkis-Sport -leirillä esteettömyyden näkökulmasta. Tavoitteet on jaettu kahteen päätaavoitteeseen:

1. Leirille osallistumisen mahdollisuuksien tarkastelu ja kehittäminen tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden näkökulmasta
2. Leirille osallistumisen mahdollisuuksien tarkastelu ja kehittäminen toimintaympäristön näkökulmasta

Tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden tarkastelun ja kehittämisen näkökulmalla pyörätuolikoripallolajileirillä tarkoitetaan leirin markkinointia leiriläisille. Missä ja miten leiriä on markkinoitu ja miten markkinointia tulisi kehittää, että leirille saadaan enemmän leiriläisiä. Tiedonsaannin esteettömyyteen liittyy myös leirin taloudelliset puolet: mitkä asiat sisältyvät leirimaksuun ja mitä kaikkea voidaan saada yhteistyökumppaneiden kautta käyttöön.

Toimintaympäristön tarkastelu ja kehittäminen pyörätuolikoripallolajileirin näkökulmasta tarkoittaa leirialueeseen ja lajissa toimimiseen liittyviä asioita. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen esteettömyyden tarkastelu lajissa ja toimintaympäristössä ovat toimintaympäristön tarkastelun pääkohtana. Lajissa tapahtuvalla toiminnalla tarkoitetaan pyörätuolikoripalloharjoituksiin liittyviä asioita, valmentajia ja harjoituspaikkoja. Toimintaympäristöllä tarkoitetaan leirintäalueella liikkumista ja toimimista.

2.4 Opinnäytetyön menetelmät

Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelminä olivat osallistuva havainnointi ja haastattelut. Osallistuva havainnointi voi olla joko passiivista tai aktiivista. Passiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on ryhmän mukana tasa-arvoisena osallistujana, mutta hän ei vaikuta millään tavalla tilanteiden kulkuun. Aktiivisessa osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana tilanteissa ja hän aktiivisesti vaikuttaa läsnäolollaan siihen mitä tutkii. Kummassakin tavassa tutkijan on pystyttävä erittele-

mään oma roolinsa ja sen mahdollinen vaikutus tilanteeseen ja sitä kautta tutkimukseen. (Anttila 2000, 218, 219.) Havainnointitekniikka pitää valita ennen tutkimusta. Strukturoidussa havainnoinnissa tutkija jäsentee ongelmansa ennen havainnointia ja laatii niistä luokitteluja, jotka riippuvat erilaisista tutkimusongelmista. (Anttila 2000, 219, 220.)

Tässä opinnäytetyössä käytetään sekä passiivista että aktiivista havainnointia. Aktiivinen havainnointi toteutuu osallistumalla leiritoimintoihin yhdessä leiriläisten kanssa ja passiivinen puolestaan seuraamalla joitakin toimintoja sivusta.

Haastattelu voi olla strukturoitua tai strukturoimatonta. Strukturoimatonta avointa haastattelu ei edellytä etukäteen tehtyä suunnitelmaa vaan haastattelu haastattelijan ja haastateltavan henkilön välillä on vapaampaa. Haastattelu eroaa kuitenkin keskustelusta siten, että siinä on tiedonsaanti kuitenkin taustalla. Strukturoidussa haastattelussa haastattelijalla on tehnyt valmiiksi tarkat kysymykset ja suunnitelman haastattelulle. (Anttila 2000, 230, 231.)

Tässä opinnäytetyössä käytetään yhdistelmää molemmista haastattelutavoista. Haastattelujen runko ja kysymysten aiheet oli strukturoitu etukäteen, mutta varsinaiset kysymykset muodostuivat haastattelujen aikana ja haastattelut etenivät luonnollisesti keskustelemalla. Opinnäytetyön haastattelut kohdistettiin Pitkis-Sport - leiriorganisaation leiripäällikölle, pyörätuolikoripallolajileirin lajijohtajalle, pyörätuolikoripalloharjoituksia ohjanneelle valmentajalle ja pyörätuolikoripallolajileirin osallistujille sekä heidän perheenjäsenilleen.

Opinnäytetyössä on käytetty valokuvia havainnoimaan erilaisia tilanteita. Kuvaslupa on kysytty nuorilta, kun he ovat ilmoittautuneet leirille. Osa kuvista on Kati Karin-harjun ottamia ja hän on antanut luvan käyttää hänen ottamiaan valokuvia.

2.5 Opinnäytetyön eteneminen

Heinäkuu 2012	<ul style="list-style-type: none"> • Tutustuminen ennen leiriä pyörätuolikoripalloon lajina ja Pitkis-Sport -leiriin. • Osallistuminen ensimmäiselle pyörätuolikoripallolajileirille • Leiriläisten haastatteluja leirillä, seuraavaa leiriä ajatellen • Toiminnan havainnointi leirillä <ul style="list-style-type: none"> - Osallistuin leirillä useisiin harjoituksiin ja oheistoimintaan havainnoiden aktiivisesti. Seurasin kuitenkin passiivisena havainnoijana noin puolet aktiviteeteistä. Esimerkiksi liikkumista leirintä alueella havainnoin passiivisesti.
Syys-lokakuu 2012	<ul style="list-style-type: none"> • Ajatus opinnäytetyön tekemisestä liittyen pyörätuolikoripallolajileirin kehittämiseen heräsi • Tie tähtiin -tapahtumassa Porissa 22.9.12 leiriläisen ja leirillä olleen valmentajan haastattelu • Tutkimussuunnitelman laatiminen
Joulukuu 2012	<ul style="list-style-type: none"> • Palaveri Liiku ry:n leiritöiminnan johtajan/ Pitkis-Sport -leirin leiripäällikön kanssa 10.12.12. Haastattelu tehty koskien ensi vuoden leirin parannusehdotuksia.
Tammikuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Tutkimussuunnitelman hyväksyminen • Selvitys korotetuista puolijoukkueleiritoista judolajileirin johtajalta
Helmi-kesäkuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Teoriaan perehtyminen ja kirjoittaminen <ul style="list-style-type: none"> - Esteettömyys - Pyörätuolikoripallo - Vuoden 2013 leirin parannusehdotusten selvittämistä pyörätuolikoripallolajileirin johtajan kanssa
Heinäkuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Toinen pyörätuolikoripallolajileiri • Havainnointi leirillä • Haastattelut leiriläinen, leiriläisen vanhempi, ohjaaja ja lajileirin johtaja: mikä onnistui ja missä on vielä parannettavaa.
Elokuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Havaintojen ja haastattelujen tarkastelua • Teorian kirjoittamista <ul style="list-style-type: none"> - Terveystieteen määrittely - Liikunnan merkitys
Syyskuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Havaintojen ja haastattelujen tarkastelua
Lokakuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Opinnäytetyön viimeistelyä
Marraskuu 2013	<ul style="list-style-type: none"> • Haastattelu, koskien tiedollista saavutettavuutta <ul style="list-style-type: none"> - leiritöiminnan johtaja - Vau ry:n nuorisotoiminta suunnittelijan • Opinnäytetyön viimeistelyä • Opinnäytetyön esittäminen 14.11.2013

3 TERVEYDEN MÄÄRITELMÄ JA LIIKUNNAN MERKITYS

WHO eli World Health Organization (Maaailman terveysjärjestö) on määrittänyt terveyden näin ” Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity” eli täydellisen fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi eikä vain sairaudettomuudeksi. (World health organization www-sivut 2013.) Tätä WHO:n määritelmää kuvataan usein ympyröinä, jotka ovat osittain päällekkäin, jolloin ne on helpompi ymmärtää kokonaisuutena. Fyysinen terveyskäsitys on usein ensimmäinen mikä terveyteen liitetään ja sosiaalinen terveys taas jää usein mainitsematta. (Vertio 2003, 26.)

Terveys voidaan määrittää myös monella muulla tavalla kuin WHO:n mallilla. Yleispätevästi se voidaan määritellä ominaisuuksiksi ja niiden yhdistelmiksi, jotka auttavat lajin ja yksilön elämän säilymistä, perustehtävien suorittamista ja elämän perustavoitteiden saavuttamista. Edellä mainitut ominaisuudet edistävät myös yksilöiden itselleen asettamien tehtävien ja tavoitteiden toteuttamista. (Taimela & Vuori 1999, 17.)

Vammaisuutta pidetään usein sairautena. Vamma ei kuitenkaan ole sairaus, mutta vamma voi olla sairauden tulos. Vammainen ihminen voi kuitenkin olla terve vammaisuudestaan huolimatta, tai sairas, jos hänellä on esimerkiksi flunssa. Terveys on usein kiinni myös ihmisen omasta kokemuksesta omasta tilastaan. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2004, 11.)

3.1 Liikunnan merkitys lapsille ja nuorille

Lasten (0-12-vuotiaat) liikunnassa tärkeintä on, että se on lasten itsensä säätelemää. Lapsi leikkii ja liikkuu luonnostaan ja siksi lapsuus onkin ihmisen elämässä liikunnallisesti aktiivisinta aikaa. Lapsi oppii liikunnan avulla hahmottamaan ympäristöään ja arvioimaan avaruudellisia suhteita. Lapsuusiän liikunnassa lapsella kehittyy yhtä aikaa liikkumis-, tasapaino- ja käsitteelliset taidot. Lapsen kannustaminen ja positiivisen palautteen antaminen kehittävät lapsen minäkuvaa positiivisemmaksi ja hänen omanarvontunteensa kasvaa. Lapsi oppii liikunnallisia taitoja parhaiten ensimmäisen

kymmenen vuoden aikana, koska silloin hermosto pääosin kehittyy. Nuoruusiässä (13-20-vuotiaat) liikunta vaikuttaa keskeisesti luuston ja lihasten kehitykseen. Liikunta nuoruusiässä parantaa myös insuliinihormonin vaikutusta ja hiilihydraattien hyväksikäyttöä. Tavat ja tottumukset, joita ihminen oppii lapsena ja nuorena, seuraavat häntä koko loppuiän. Terveen elämän pohja luodaan jo lapsena. (Rehunen 1997, 272, 273, 279.)

Oman kehonsa kautta lapsi oppii omista taidoistaan lisää. Hän tunnistaa oman osaamisensa ja osaamattomuutensa, epäonnistumisen ja onnistumisen sekä suorituksen että suorittamisen rajat. Mitä useammin lapsi kokee onnistuneensa sitä nopeammin hän alkaa luottamaan itseensä ja siten suoriutumaan vaativammista tehtävistä. Useat tutkimukset ovat todenneet, että niillä lapsilla, jotka harrastavat liikuntaa, on keskimääräistä parempi minäkäsitys kuin liikuntaa harrastamattomilla lapsilla. Liikunta myös sosiaalistaa ihmisiä. Liikunnallisiin peleihin ja leikkeihin sisältyy usein paljon tilanteita, joissa joutuu ottamaan muut huomioon ja sopimaan yhteisistä pelisäännöistä sekä noudattamaan niitä. (Miettinen 1999, 66,67.)

Liikunnan terveydellistä merkitystä voidaan pohtia esimerkiksi hyötyjen ja haittojen suhteena. Hyötyjä ovat muun muassa terveys sekä parempi toimintakyky ja elämänlaatu. Haittoja taas ovat muun muassa liikuntavammat ja liikunnan harrastamisesta koituvat kulut. Vastuu omasta terveydestä kuuluu kuitenkin jokaiselle itselleen ja/tai perheelle, mutta yhteiskunnan pitää luoda edellytykset liikunnallisesti aktiiviselle elämäntavalle. (Vuori 1996, 118.) Jotta liikuntaa ja sen merkitystä voidaan lisätä ihmisten tietoisuudessa, edellyttää se liikunnan merkityksen ja terveyttä edistävien liikuntatapojen jatkuvaa esille nostamista tiedotuksessa ja koulutuksessa. Kannustamisesta liikuntaan esimerkiksi kouluissa ja erilaisissa oppilaitoksissa, terveydenhuollossa ja työelämässä on paljon terveydellistä hyötyä yhteiskunnalle. (Vuori 2005.)

3.2 Liikunnan merkitys liikuntarajoitteiselle

Liikuntavammaisuus on yleisin vammaisuuden muoto. Liikuntavammaiseksi voidaan määritellä henkilö, joka sairauden tai tapaturman aiheuttaman vamman takia ei kyke-

ne liikkumaan itse tai ilman jotakin apuvälinettä. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2004, 253.)

Jokainen ihminen hyötyy säännöllisestä liikunnasta. Liikunnan avulla saavutettavat hyödyt ovat moninkertaiset muun muassa tasavertaisuuden ja taloudellisten säästöjen kannalta. Esimerkiksi myönteiset terveysvaikutukset, joita liikunta tuottaa, saattavat vähentää kalliin laitoshoidon tarvetta. Liikunnalla on todettu olevan tärkeä ja oleellinen merkitys vammaisen lapsen fyysiselle, psyykkiselle ja sosiaaliselle kehitykselle sekä vammaisen aikuisen terveydelle, liikuntakyvyille ja kunnolle, vapaa-ajan harrastuksille, työkyvyille sekä elämänlaadulle. (Rintala & Mälikä, 2000, 159.)

3.3 Leiritoiminnan ja luontoliikunnan merkitys lapsille ja nuorille

Liikuntaleirien tarkoituksena on tutustuttaa eri-ikäisiä ihmisiä liikuntalajeihin ja sitä kautta saada ihmiset viihtymään liikunnan parissa. (LiikU ry:n [www-sivut](http://www.liikku.fi) 2013a.) Elämys- ja luontoliikunnaksi kutsutaan liikuntaa, joka luo lapsille voimakkaan elämyksen. Elämysliikunnan tarkoituksena on oppia hyväksymään itsensä ja ryhmän jäsenet sekä kehittämään ryhmätyöskentelytaitoja. (Kangasniemi, Reitti & Sillanpää-Reitti 2009.)

Lapsena koetut tiedostetut ja tiedostamattomat asiat luonnosta ja ympäristöistä vaikuttavat valintoihimme myös aikuisiässä. Se miten ihminen kokee vuodenaikat ja luonnossa liikkumisen on yleensä lähtöisin siitä, minkälaisen kokemuksen niistä on lapsena saanut. Luonnolla on kuitenkin lähes samanlainen vaikutus kaikkiin ihmisiin, ikään tai sosiaaliseen taustaan katsomatta. Luonnossa liikkumisen on todettu edistävän ihmisen fyysistä ja psyykkistä terveyttä. Tutkimukset ovat myös tuoneet esille, että luonnossa liikkuminen vähentää stressiä. (Karvinen, Hinkkanen, Nykänen, Kinnunen & Karhu, 1997, 14.)

Luonto ympäristönä tarjoaa mahdollisuuksia kokea haasteita, jännitystä sekä omien kykyjen, rajojen ja taitojen kokeilemistä. Ihmiset ovat erilaisia ja heillä on erilaisia tarpeita oman toimintakyvyn suhteen. Esteettömässä ja toimivassa luontoympäristössä kaikki voivat harrastaa liikuntaa ja ulkoilua tasavertaisesti. Kaikilla on oikeus ta-

savertaiseen elämyskokemukseen luonnossa. (Verhe, Ruti & Suomen Invalidien Urheiluliitto ry, 2007, 5.)

4 LEIRITOIMINTAA KAIKILLE

4.1 Inklusio ja integraatio

Inklusioajattelun mukaan kaikilla henkilöillä on tasa-arvoinen oikeus osallistua yhteiskunnallisiin palveluihin ilman, että heille tehdään omat erilliset palvelujärjestelmät, kuten vammaisille osoitetut asumispalvelut tai erilliset liikuntapalvelut. Inklusiossa ajatellaan, että tasa-arvoisen osallistumisen mahdollistaa sekä tukitoimet että ympäristön esteettömyys yhdessä. Inklusiossa jokainen ihminen hyväksytään omalaisenaan ja jokaisella on oikeus olla tasavertainen kansalainen eikä kyse ole vain sijoitusjärjestelmästä. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 218.)

Integraatiolla tarkoitetaan erityistä tukea tarvitsevan lapsen sijoittamista koulussa yleisopetuksen liikuntatunneille tai yleisiin liikuntapalveluihin. Integraatioajattelun takana voidaan ajatella olevan ajatus siirtää ”erilaiset” lapset muiden kanssa samaan toimintaan. Integraatio voidaan jakaa neljään osaan: fyysiseen, sosiaaliseen, toiminnalliseen ja yhteiskunnalliseen. Fyysisellä integraatiolla tarkoitetaan fyysisten etäisyyksien lyhentämistä, kuten siirtämällä vammaisen lapsi yleisopetuksen liikuntaryhmään. Sosiaalinen integraatio näkyy suvaitsevaisuutena ja myönteisenä vuorovaikutuksena. Toiminnallisessa integraatiossa yleisliikuntapalvelut ja erityisliikuntapalvelut tekevät yhteistyötä. Ohjaajat ja liikuntatilat voivat esimerkiksi olla yhteisiä kunnissa. Yhteiskunnallinen integraatio kuvaa integraation yleistä päämäärää, että kaikki voivat olla tasa-arvoisia yhteiskunnan jäseniä. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 216.)

4.2 Kaikille avoin toiminta

Integraation ja inklusion suurin ero on siinä, miten erilaisuuteen suhtaudutaan ja miten erilaisuus nähdään osana koko yhteiskuntaa. Integraatiossa esimerkiksi vammaisen henkilö nähdään ryhmän ulkopuolisena erilaisena jäsenenä, kun taas inklusiossa henkilö on koko ajan osa ryhmää omien kykyjensä mukaan tuettuna ja autettuna. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 218.)

Vammaisuutta tutkittaessa sosiaalisen mallin mukaan voidaan todeta, että yksilön vamma tai sairaus ei ole ongelma vaan ongelmana on ympäristö, joka rajoittaa vammaisen ihmisen mahdollisuuksia toimia samalla tavalla kuin vammattomat. Tämän mallin pohjalta on alettu luoda erillisen erityisliikunnan rinnalle kaikille avoimia eli inklusiivisia palveluita. Kaikille avoimella toiminnalla on tarkoitus luoda tasa-arvoisempaa liikuntakulttuuria Suomeen. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 215, 216.)

4.3 Kaikille avoin Pitkis-Sport -liikuntaleiri

Pitkis-Sport -leiri koostuu yli 40 lajileiristä, joiden joukossa pyörätuolikoripallolajileiri ja futuurileiri ovat yhdet vaihtoehdot. Leirille osallistuu vuosittain noin 1500 leiriläistä ja 200 ohjaajaa/muuta henkilökuntaa ja määrät ovat kokoajan kasvussa. Leiri on tarkoitettu pääosin 7- 14 vuotiaille lapsille ja nuorille. Futuurileiri on erityistä tukea tarvitseville nuorille tarkoitettu leiri, joka järjestetään yhteistyössä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta ry:n eli VAU ry:n, Satakunnan ammattikorkeakoulun (SAMK) ja Porin kaupungin vapaa-aikaviraston kanssa. Pitkis-Sport -leirillä erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten on mahdollista osallistua pyörätuolikoripallolajileirin ja futuurileirin lisäksi melontaan, jalkapalloon tai judoon. Näillä leireillä pystytään ottamaan nuorten erityistarpeet huomioon. (Pitkis-Sport www-sivut 2013b.)

4.3.1 Pyörätuolikoripallo lajina

Pyörätuolikoripalloa pelataan Suomessa SM-tasolla ja maailmalla paralympialaisissa, Euroopan mestaruus- ja maailmanmestaruuskilpailuissa. Suomessa peliä voivat pela-

ta myös vammattomat pelaajat, ja SM-sarjassa joukkueessa voi olla kaksi vammattonta pelaajaa joista yksi saa olla kerrallaan kentällä. Pelaajat pisteytetään toimintakykynsä mukaan 1-4,5 pistettä. 4,5 pisteen pelaaja on vammaton eli mitä pienempi pistemäärä, sitä heikompi toimintakyky pelaajalla on. Kentällä olevien viiden pelaajan yhteispistemäärä ei saa ylittää 14,5 pistettä. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 302, 303, 304.)

Peliä pelattaessa pelaajan on istuttava kokoajan pyörätuolissa eli takapuoli ei saa nousta missään vaiheessa irti tuolista. Pyörätuoli luetaan osaksi pelaajaa. Pyörätuolikoripallossa käytettävät pelituolit tehdään jokaiselle pelaajalle yksilöllisesti, koon ja tarpeen mukaisesti. Pelituolin istumakorkeus saa olla maksimissaan 53cm ja istuintyyty 5-10cm, riippuen vamman pisteytyksestä. Pelituoleissa ei ole jarruja ja renkaat on kallistettu ylhäältä sisäänpäin yleisimmin 16- 17 astetta. Renkaiden kaltevuuskulman ansiosta kevyellä pelituolilla on helppo liikkua ja sormet eivät jää niin helposti pelitilanteissa kahden eri pyörätuolin renkaiden väliin. Kaatumaeste pelituolissa on takana. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 302, 303, 304.)

Pyörätuolikoripallossa pelaajan pitää pystyä hallitsemaan samaan aikaan pelituolia ja koripalloa, tämä tuo peliin mukaan haasteita ja moniulotteisuutta. Laji vaatii pelaajilta hyvää käsien toimintakykyä ja motoriikkaa. Koska kyseessä on joukkuelaji, pelaajilta vaaditaan myös kommunikaatiotaitoa, yhteistyökykyä ja ketterää liikkumista. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 302, 303, 304.)

Pelialue pyörätuolikoripallossa on sama kuin pystykoripallossakin ja korit ovat samalla korkeudella. Peli-aika on 4x10 minuuttia ja pelaajia on kentällä yhtä aikaa viisi. Palloa saa kuljettaa sylissä enintään kahden kelauksen ajan, sen jälkeen palloa on pomputettava maahan, syötettävä eteenpäin tai heitettävä koriin. Mikäli pelaaja tekee kolme kelausta, toinen joukkue saa siitä sivurajaheiton. Palloa saa kuljettaa sylissä tai kädessä, mutta ei jalkojen välissä. Mikään kehonosa ei saa koskea maahan palloa kuljettaessa. Kovat pyörätuolikontaktit ovat kiellettyjä eli ei saa kiilata tai ajaa päin pysähtynyttä pelaajaa. Virheen tekee se pelaaja joka liikkuu sivusuuntaan pelaajien kelatessa rinnakkain. Toisen eteen saa kääntyä vasta kun oman tuolin isojen pyörien akseli on ohittanut toisen pelaajan polvet. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 302, 303, 304.)

4.3.2 Pyörätuolikoripallolajileiri

Pyörätuolikoripallolajileirillä nuoret saavat tietoa ja taitoja pyörätuolikoripallosta erilaisten harjoitusten ja pienpelien kautta. Leirillä harjoitellaan pelituolin käyttöä sekä opetellaan koripallon alkeita. (VAU ry:n www-sivut 2012.)

Pyörätuolikoripallolajileirillä oli vuonna 2012 neljä leiriläistä, lajijohtaja, yksi sosionomiopiskelija (AMK), yksi fysioterapiaopiskelija ja kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa sekä yksi pyörätuolia liikkumiseen käyttävä apuohjaaja. Vuonna 2013 leirillä oli viisi leiriläistä, lajijohtaja, yksi sosionomiopiskelija (AMK), kaksi fysioterapiaopiskelijaa ja kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa sekä yksi ohjaaja. Leiriläisten sukulaiset saavat käydä keskiviikkoisin vierailupäivänä tutustumassa leiritoimintaan.

Pyörätuolikoripallolajileiriläisillä on joka päivä kaksi tai kolme pyörätuolikoripalloharjoitusta, joita ohjaavat lajin ammattilaiset. Leiriläisille järjestetään leirillä myös erilaista oheistoimintaa, kuten melontaa, seinäkiipeilyä sekä saunomista ja uintia. Leiriläiset yöpyvät teltoissa, ruokailevat samassa paikassa muiden kanssa eikä heillä ole mitään erityisjärjestelyitä verrattuna muihin leireihin.

5 ESTEETTÖMYYS

5.1 Yleisesti esteettömyydestä

Esteettömyys sanana mielletään usein koskemaan vain fyysistä ympäristöön liittyvää asiaa. Sen rinnalla on alettu käyttämään sanaa saavutettavuus, joka taas mielletään enemmän immateriaalisiin asioihin, esimerkiksi tiedon jakamiseen ja saamiseen. Kun puhutaan ylipäättään esteettömyydestä, ja siitä, mitä kaikkea se pitää sisällään, on hyvä yhdistää esteettömyys ja saavutettavuus samaan lauseeseen. (Pesola 2009.)

YK:n vammaisten oikeuksien yleissopimus kieltää, ettei ketään saa syrjiä millään elämän eri alueilla. Ihmisten tasapuolinen kohtelu kaikin puolin on sopimuksen poh-

jana. Esteettömyydellä taataan muun muassa syrjimättömyyttä. Sopimuksen tavoitteissa on myös asennemuutosten aikaan saaminen ja niiden mahdollistama stereotyyppien poistaminen. Lisäämällä tietoa vammaisuudesta ja sen positiivisesta vaikutuksesta yhteiskunnan monimuotoisuuteen lisätään esteettömyyttä. (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013b.)

Fyysinen ja tiedollinen saavutettavuus edistävät ihmisten yhdenvertaisuutta. Sosiaalinen, psyykinen ja taloudellinen saavutettavuus taas edistävät kaikille saavutettavan yhteiskunnan kehittymistä. Tämä on eurooppalaisen tietoyhteiskunnan haaste: tietoyhteiskunta kaikille - Information Society for All nostettiin tavoitteeksi Euroopan Unionin yhteisessä tietoyhteiskuntaohjelmassa (eEurope2005) jo vuonna 2005. (Invalidiliitto ry:n www-sivut 2006.)

”Esteettömyys parantaa ihmisten yhdenvertaisia mahdollisuuksia toimia yhteiskunnassa, edistää ihmisoikeuksien toteutumista sekä vähentää osaltaan syrjintää ja syrjäytymistä. Se on tärkeä konkreettinen tapa edistää erityisesti vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuutta.” (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013a.)

5.2 Esteettömyyden osa-alueet

Esteettömyys voidaan jakaa viiteen osa-alueeseen: fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja taloudelliseen esteettömyyteen sekä tiedolliseen saavutettavuuteen. (Papunetin www-sivut 2012.)

Fyysisellä esteettömyydellä tarkoitetaan rakenteellisten esteiden poistamista niin, että esteet eivät rajoita ihmisten elämää ja jaa heitä osallistuviin (aktiivisiin) ja sivustakatsoviin (passiivisiin) ihmisiin. Jotta ihminen voi vaikuttaa itse asioihinsa, täytyy palveluiden ja viestinnän olla saavutettavuudeltaan fyysisesti saavutettavissa. Esteettömyyttä voidaan lisätä käyttämällä henkilökohtaisia apuvälineitä, fyysisiä järjestelyitä tai toimintatapoja, kuten esimerkiksi opaskoira, kuulolaitteet, hissit, avustaja ja tulkki. (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013a.) Esteettömyys ei yleensä tilojen rakennusvaiheessa maksa enempää kuin ”tavallinen” rakentaminen, se vain vaatii hieman enemmän suunnitteluja ja niiden totuttamista. Pidemmällä aikavälillä esteettömäksi

rakennetut tilat tulevat halvemmiksi, sillä tilojen toimivuus vähentää muutostarpeita sekä lisää erilaisten toimintojen sujuvuutta, kuten suurten ihmismäärien siirtymistä paikasta toiseen. (Invalidiliitto ry:n www-sivut 2013.)

Psyykkisellä esteettömyydellä tarkoitetaan ihmisen itsenäiseen toimimiseen ja suoriutumiseen riittävää henkistä kykyä. (Setlementtiliiton www-sivut.) Psyykinen esteettömyys viittaa myös tietoihin ja taitoihin joita ihminen tarvitsee voidakseen elää ja toteuttaa itseään yhteiskunnassa. Psyykkiseen esteettömyyteen vaikuttaa koulutus ja kouluttautuminen. Tämä tarkoittaa yhteiskuntaan liittyvien taitojen opettelemisessa sitoutumista elinikäisen oppimisen mahdollisuuden takaamiseen. (Rauhala-Hayes, Topo & Salminen 1998.)

Sosiaalisella esteettömyydellä tarkoitetaan ilmapiiriä ja toimintaympäristöä, jossa ketään ei syrjitä vaan jokainen voi olla turvallisesti oma itsensä. Jokaisella on oikeus toimia omasta lähtökohdastaan käsin jokaisen yksityisyyttä kunnioittaen. Jokainen on omalta osaltaan vastuussa sosiaalisen esteettömyyden toteutumisesta yhteisöissä. Sosiaalisen esteettömyyden toteutumiseen vaikuttaa suuresti jäsenten asenteet erilaisuutta kohtaan. (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013a.)

Tiedollisella esteettömyydellä tarkoitetaan ymmärtämisen helpottamista. Tähän liittyy vahvasti tiedottamisen, viestinnän ja markkinoinnin saavutettavuus, mikä tulisi huomioida sekä sähköisessä että painetussa mediassa. Tämä tarkoittaa tekniikassa huomioon otettavia seikkoja, kuten tekstin koko, taustan ja tekstin kontrasti ja palstan leveys. Tekstin selkeys ja ymmärrettävyys pitäisi olla sellainen, että kaikki käyttäjät ymmärtävät mitä tekstillä tarkoitetaan. Teksti voidaan myös kääntää selkokielelle, jotta nekin joille peruskieli on haastavaa, voivat tekstin ymmärtää. (Invalidiliitto ry:n www-sivut 2006.)

Taloudellisella esteettömyydellä ja saavutettavuudella tarkoitetaan sitä, että ihmisillä ei saisi olla taloudellista esteettä pysyä muuttuvassa yhteiskunnassa mukana. Välineet, joilla voidaan tehdä yhteiskunnasta esteetön, eivät saa olla taloudellisesti saavuttamattomissa. Talous ja raha eivät saa olla esteenä saavutettavuudelle. (Rauhala-Hayes, Topo & Salminen 1998.)

6 OPINNÄYTETYÖN RAPORTOINTI JA TULOKSET

6.1 Pyörätuolikoripallolajileirin havainnointi

Havainnointi toteutettiin molemmilla leireillä vuosina 2012 ja 2013 sekä aktiivisesti että passiivisesti. Vuoden 2012 leirin aikana havainnoinnin lähtökohtana oli, mitä kehitettävää vuoden 2013 leirille olisi, mutta ajatus havainnoinnissa oli erilainen, koska päätöstä opinnäytetyön tekemisestä ei ollut vielä leirillä tehty. Leirin 2012 havainnointi on ollut tiedostamattomasti joko aktiivista tai passiivista. 2013 leirillä kiinnitettiin tarkempaa huomiota havainnointiin ja pyrittiin samalla kiinnittämään huomiota kaikkiin leirillä huomattuihin epäkohtiin sekä hyvin olleisiin asioihin. Näin ollen 2013 vuoden leirillä havainnointi oli aktiivista.

Molemmilla leireillä havainnoinnin kohteena olivat periaatteessa samat asiat: vuoden 2012 leirillä pyrittiin tutkimaan asioita, joita pitäisi kehittää seuraavan vuoden leirille, ja vuoden 2013 leirillä havainnoitiin, mitä oli saatu kehitettyä ja mitä pitäisi vielä kehittää enemmän vuoden 2014 leiriä ajatellen. Kehitettäviä ja havainnoinnin kohteena olleet asiat olivat: liikkuminen leirintäalueella, oma lajileirin leirintäalue, wc- ja suihkutilat, harjoituspaikka ja sosiaaliset suhteet.

6.2 Haastattelu

Haastattelun ensimmäisen leirin jälkeen syyskuussa 2012 pyörätuolikoripallolajileirillä ollutta valmentajaa sekä leiriläistä. Haastatteluni perustuivat avoimiin kysymyksiin, jotka koskivat seuraavia asioita: *Mitä kehitettävää leirillä olisi pyörätuolikoripalloharjoituksiin liittyvässä toiminnassa, liikkumisessa leirintäalueella, miten leirille saataisiin enemmän osallistujia ja mitä oheistoimintaa seuraavalla leirillä voisi olla.*

Seuraavaksi haastattelin pyörätuolikoripallolajileirin johtajaa samoista aiheista kuin leiriläistä ja valmentajaa, mutta samassa toin esille heiltä esille nousseet *kommentit ja kehitysideat*. Haastattelun jälkeen kävimme vielä läpi, mihin asioihin koko leirinpäällikkö voi vaikuttaa ja mitkä asiat hoidetaan lajileirin sisällä.

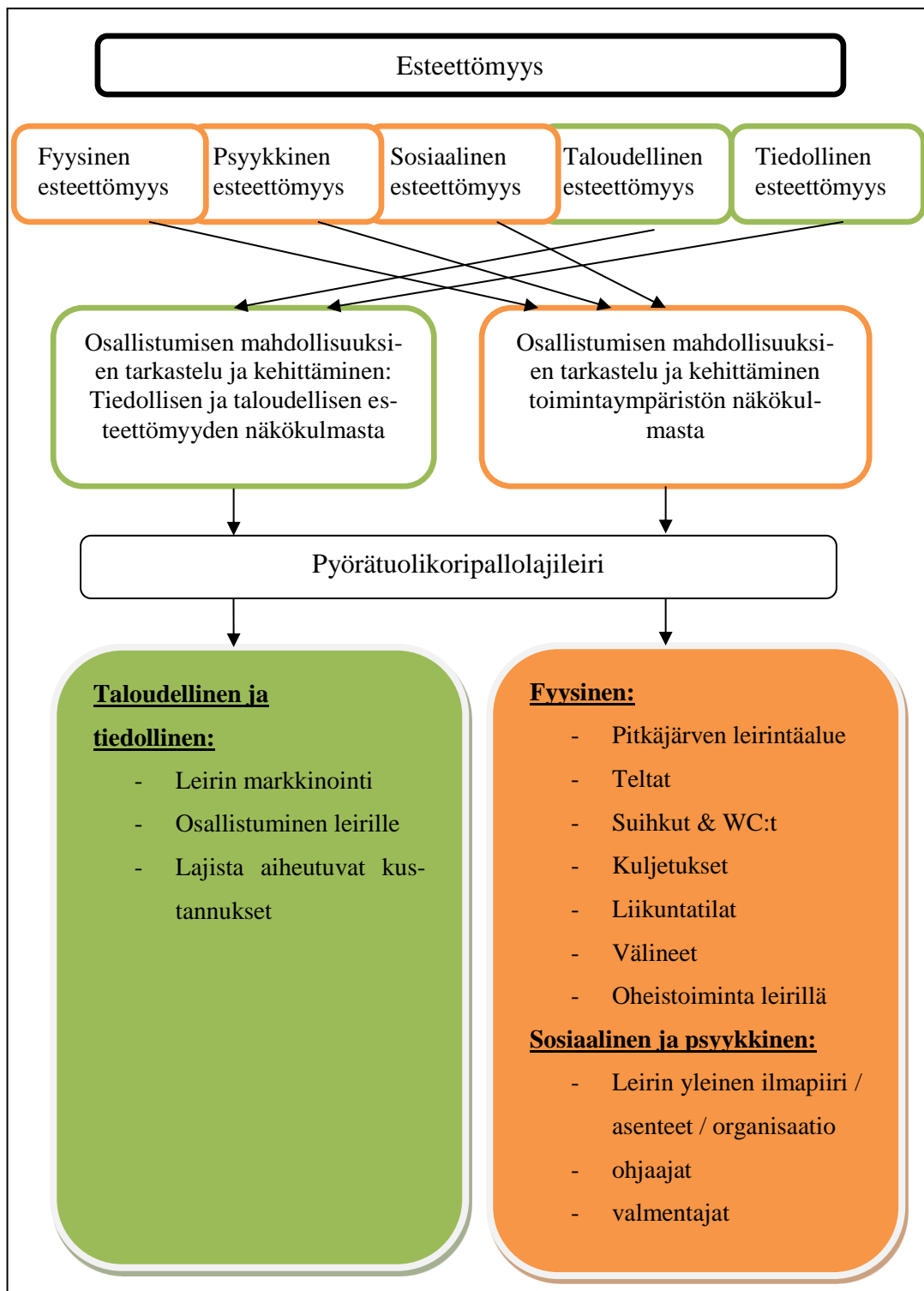
Haastattelin vielä vuoden 2012 joulukuussa Pitkis-Sport -leirin leiripäällikköä ja *esitin hänelle edellisistä haastatteluista nousseet kehittämiskohteet*. Haastattelu koski myös hänen näkemyksiään pyörätuolikoripallolajileirin kehittämisestä.

Vuonna 2013 haastattelin leirillä leiriläisiä, pyörätuolia liikkumiseen käyttävää ohjaaja, leiriläisten vanhempia ja lajileirinjohtajaa. *Haastattelut koskivat edellisestä vuodesta tehtyjä muutoksia ja sitä mitä voitaisiin tehdä vielä paremmin vuoden 2014 leirillä toimintaympäristön ja tiedonsaannin näkökulmista.*

Syksyllä 2013 haastattelin uudelleen Pitkis-Sportin leiripäällikköä seuraavista aiheista: *Miten pyörätuolikoripallolajileiriä on markkinoitu hänen mielestään vuosina 2012 ja 2013, miten markkinointia voitaisiin vielä kehittää leirillä ja leirin ulkopuolella vuoden 2014 leiriä ajatellen.* Haastattelin myös Suomen vammaisurheilu ja – liikunta ry:n nuorisotoiminnan suunnittelijaa, joka toimii pyörätuolikoripallolajileirin yhteistyöhenkilönä. Hänen haastattelunsa koski *markkinoinnin kehittämistä ja suuntaamista oikealle kohderyhmälle yhteistyössä VAU ry:n kanssa.*

Kaikki haastattelut olivat vapaamuotoisia, joista kirjoitettiin muistiinpanoja pyörätuolikoripallolajileirin kehittämisen ja tarkastelun näkökulmasta. Haastatteluiden ja havaintojen pohjalta saadut tulokset jaettiin ensin tiedonsaannin ja toimintaympäristön tarkastelun näkökulmiin ja sen jälkeen niitä tarkasteltiin yksityiskohtaisemmin leiriä koskevien osa-alueiden alla.

Kuvioon 2. olen koonnut yhteenvedon opinnäytetyöstäni. Kuviossa näkyy esteettömyyden tarkastelunäkökulmien yhteydet opinnäytetyön tavoitteisiin ja tulokset on jaettu tavoitteiden pohjalta. Kuviossa on jaettu tarkemmin mitkä asiat konkreettisesti kuuluvat tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden ja mitkä asiat fyysisen ja sosiaalisen sekä psyykkisen esteettömyyden sisälle.



Kuvio 2. Esteettömyyden tarkastelunäkökulmien yhteydet opinnäytetyön tavoitteisiin ja tulosten jaottelu tavoitteiden pohjalta

6.3 Pyörätuolikoripalloleirin tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden tarkastelu

Leirin markkinointi

Leiriä markkinoitiin internetissä Pitkis-Sportin www-sivuilla sekä vuonna 2012 että 2013. Samoin internetissä oli mainos Suomen vammaisurheilu ja -liikunta ry:n www-sivuilla 2012 ja 2013. Molemmilla www-sivuilla oli 2012 isot erilliset mainokset ja maininnat pyörätuolikoripalloleiristä, mutta vuonna 2013 molemmilla sivuilla leiri mainittiin vain yleisissä tapahtumakalentereissa. Jotta leiristä löysi tietoa internetistä, oli sitä osattava tietoisesti etsiä. Yksi asia, jonka Pitkis-Sportin leiripäällikkö mietti jälkikäteen vaikuttaneen markkinointiin Pitkis-Sportin www-sivuilla vuonna 2013, oli se että, silloin vietettiin Pitkis-Sportin 50 vuotis- juhluvuotta, ja suurin osa mainonnasta oli juhluvuoden mainontaa.

Vuoden 2012 leirin jälkeen Suomen pyörätuolikoripallomaajoukkueessa oleville pelaajille markkinoitiin 2013 vuoden leiriä. Muutama sieltä ilmoitti kiinnostuksensa leiristä alustavasti, mutta kukaan heistä ei kuitenkaan tullut leirille.

Ensimmäisenä vuonna leirillä olleet nuoret olivat myös yrittäneet markkinoida leiriä ystävilleen ”puskaradio”-menetelmällä eli kehumalla ystävilleen tätä leiriä. Tämä ei ainakaan ensimmäisen leirin jälkeen tuottanut tulosta. Vaikka markkinointi ei ollut niin laajaa kuin olisi voinut olla 2012 leirin jälkeen, 2013 vuoden leirillä oli kuitenkin yksi leiriläinen enemmän kuin vuonna 2012. Hänen vanhempansa olivat löytäneet tiedon leiristä Pitkis-Sportin www-sivuilta.

VAU ry:n nuorisotoiminnan suunnittelijan haastattelussa nousi esille hyvä kehitys-idea siihen, miten pyörätuolikoripallolajileirille voitaisiin saada enemmän osallistujia. Leiriä pitäisi markkinoida niille henkilöille, jotka seuroissa vetävät pyörätuolikoripalloharjoituksia, eli valmentajille. Esimerkiksi kutsuttaisiin kaikkien seurojen valmentajat vetämään yhtenä päivänä leirille harjoituksia tai ainakin tutustumaan leirille paikan päälle. Näin valmentajat näkisivät minkälaisesta leiristä on kyse, ja he voisivat markkinoida leiriä paremmin valmennettavilleen nuorille.

Toinen kehittämisidea ensi vuoden 2014 leirille on markkinoinnin toteuttaminen näkyvämmiin. Yksi vaihtoehto olisi tehdä samalla tavalla kuin vuonna 2012 mainonta erillisellä mainoksella Pitkis-Sportin ja VAU ry:n www-sivuilla.

Pyörätuolikoripallolajileiriä voisi myös markkinoida Pitkis-Sportilla muiden leirien leiriläisille. 2014 vuoden leirille on suunniteltu lajikokeiluihin erilaisia pyörätuolilajeja ja tätä kautta myös pyörätuolikoripalloleiri saisi lisää näkyvyyttä leirin sisällä.



Kuva 1. Pyörätuolirugby näytös Pitkis-Sportin iltajuhlassa 2012. Kuvan ottanut Kati Karinharju.

Osallistuminen leirille

Leirin hinta oli 2012 vuonna 135€ ja vuonna 2013 145€. Leirin hintaan kuului majoitus (teltat), ruokailut(aamupala, lounas, päivällinen ja iltapala), lajiharjoituksiin liittyvät välineet, kulkeminen linja-autolla (vuonna 2012 Porin prikaatiin uimaan sekä kokeilemaan judoa ja vuonna 2013 koululle pyörätuolikoripallolajiharjoituksiin) sekä muu oheistoiminta kuten lajikokeilut leirillä. (Pitkis-Sportin www-sivut 2013b.)

Lajista aiheutuvat kustannukset

Pelituoleista ei tarvinnut maksaa vuokraa vaan pelituolit saatiin yhteistyökumppanin kautta leirille ilman kuluja. Pelituolit saatiin VAU ry:n kautta Soliasta (Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminnasta).

Pallot ja muut harjoitteluvälineet tulivat leiriorganisaation (LiikU ry:n) kautta, joten näistä ei tullut lisäkuluja. Linja-autokuljetukset koululle ja koulun salivuokra oli sisällytetty leirin hintaan 145e. (Pitkis-Sportin www-sivut 2013b.)

6.4 Pyörätuolikoripalloleirin toimintaympäristön tarkastelu

6.4.1 Fyysisen ympäristön tarkastelu

Pitkäjärven leirintäalue

Koko Pitkäjärven leirintäalue on metsää ja luonnontilassa olevaa aluetta. Liikkumista pyörätuolilla haittaa pehmeä hiekkainen maasto, jossa on kiviä, kantoja, juuria ja hyvin vähän kovaksi painunutta maata. Pääkulkuväylillä liikkuminen onnistuu melko hyvin. Ruokailut tapahtuvat yhteisissä ruokailukatoksissa joissa maasto on kovempaa hiekkaa ja kelaamaan pystyy melko hyvin. Omat ruokailuvälineet tiskataan itse ja tiskialtaat on sijoitettu ruokapaikalla niin, että pyörätuolissa istuvat nuoret voivat myös tiskata itse pyörätuolissa istuen. Leirintäalueesta on tehty vuonna 2010 esteettömyyskartoitus opinnäytetyönä. (Mäkelä 2010, 30.) Tämän avulla leirin sijoituspaikka on mietitty tarkoin ja sen siirtäminen ei olisi kannattanut. Pyörätuolikoripallolajileirin oma leirintäalue on melko tasaista ja siinä on helppo kulkea ja kääntyä. Sisäänkäynti on maastoltaan pehmein kohta omassa leirintäalueessa. Siihen hankittiin 2013 vuoden leirillä vanerilevyä, jotta pyörätuolin pyörät eivät uppoa siinä.

Pitkis-Sportin leiripäällikkö kertoi yhdessä haastattelussa, että hän on jo useamman vuoden ajan yrittänyt saada Pitkäjärven leirintäalueelle asfalttialueen, johon voisi piirtää katukoripalloa varten kentän. Jos tämä saadaan toteutettua, pyörätuolikoripallon ulkoharjoitukset siirtyisivät todennäköisesti kokonaan tälle asfalttialueelle ja tennisleiriläiset saisivat koko tenniskentän käyttöönsä. Pitkis-Sportin leiripäälliköllä on

myös vahva usko siihen, että katukoripallokentällä olisi varmasti käyttöä kesäisin paikallisten nuorten toimesta.

Teltat

Leirillä kaikki majoittuvat teltoissa. Osa leiriläisistä majoittui pienemmissä kahden hengen teltoissa, mutta suurin osa Porin kaupungin vapaa-aikavirastolta lainassa olevassa puolijoukkueteltassa. Puolijoukkueteltaan mahtuu nukkumaan sekä aikuisia että suurin osa leiriläisistä. Teltan suu on matala ja tästä syystä pyörätuolilla ei pääse kelaamaan teltaan sisälle vaan pyörätuolista joutuu tulemaan ensi pois ja sen jälkeen teltaan voi mennä ryömimällä/kontraamalla. Teltan suulle laitettiin vuonna 2013 vuoden leirille matto, jonka tarkoitus oli suojata teltaan menevien leiriläisten ja ohjaajien vaatteita. Pyörätuolit säilytettiin yöt ulkona niille tehdyssä pressukatoksessa, koska ne eivät mahtuneet puolijoukkueteltaan sisälle.

Vuoden 2014 pyörätuolikoripallolajileiriin olisi tarkoitus saada komentotelta puolijoukkueteltan sijaan. Komentotelta on korkeampi, joten sinne mahtuu pyörätuolilla kelaamaan sisälle ja pyörätuolit voidaan mahdollisesti pitää yöt teltassa sisällä, niin ne pysyvät kuivina. Komentotelta olisi tarkoitus saada judonlajileiriltä ja he ottaisivat tilalle puolijoukkueteltan.



Kuva 2. Puolijoukkuetelma pyörätuolikoripallolajileirissä.



Kuva 3. Komentotelma judolajileirissä

Suihkut & Wc:t

Leirintäalueella pyörätuolikoripallolajileirin lähellä on inva-wc:t, mutta matkaa on n. 150 metriä. Leirille selvitettiin käyttöön siirrettävien inva-wc:iden (inva-

bajamajojen) mahdollisuutta, niin että pyörätuolikoripalloleirin läheisyyteen olisi tullut tällainen yksikkö, mutta sen käyttöaste olisi ollut liian pieni suhteutettuna leiriläisten määrään. Suihkutilat leirintäalueella ovat hyvät pyörätuolilla liikkuvalla henkilölle. Leirintäalueella on myös uimaranta ja saunatilat, joita pyörätuolia käyttävien on mahdollisuus varata käyttöönsä.

Kuljetukset

Kuljetukset leirille ja sieltä pois tapahtuivat leiriläisten vanhempien autokyydeillä. Kuljetus vuonna 2012 Porin prikaatiin tapahtui linja-autolla, johon joutui nousemaan kolme porrasta kyytiin noustessa. Tämä toi hieman haastetta linja-autoon nousemiseen, mutta kaikki pääsivät kuitenkin kyytiin. Vuonna 2013 kuljimme pyörätuolikoripallolajiharjoituksiin koululle, esteettömällä matalalattialinja-autolla, johon pystyi pyörätuolilla kulkemaan sisälle.

Liikuntatilat

Pyörätuolikoripallolajiharjoitukset olivat pääsääntöisesti ulkotenniskentällä. Alusta ulkotenniskentässä on kovamuovimattoa, joka ei ole optimiharjoittelualusta pyörätuolikoripallolle. Sen pinta ei ole kiinteä, joten pyörätuolin renkaat eivät pidä siinä niin hyvin kuin sisätiloissa parketilla. Vesisateella kentällä ei voinut treenata, koska kentän pinta oli liukas eikä renkaat pitäneet siinä kunnolla. Jarruttamisesta huolimatta pyörätuoli liukui hieman eteenpäin. Aurinkoisella ja/tai kuivalla kelillä ulkona pelaamisesta ei ollut haittaa harjoituksille.



Kuva 4. Ulkokenttäharjoitukset tenniskentällä.

Yhtenä päivänä oli varattu koululta liikuntasali kokonaan pyörätuolikoripallon harjoituksille. Koulun tilat olivat sopivat pelaamiseen ja kulkemiseen pyörätuolilla. Siellä oli tilaa säilyttää omia pyörätuoleja niin, etteivät ne olleet salissa tiellä vaan käytävällä. Sali oli hieman normaalia liikuntasalia pienempi, mutta se ei haitannut harjoitusten tekemistä tai pienpelien pelaamista.

Liikuntatilojen palloilusaleissa, joissa pyörätuolikoripalloa pelataan, täytyy huomioida muutama pyörätuolikoripallon pelaamisen edellyttämä asia muun yleisen esteettömyyden lisäksi. Pyörätuolikoripallossa on oltava korien takana salin päädyissä turvaväli 3-5m, jotta pelaajien ei tarvitse pelätä seinään törmäämistä korille tullessa. Sivurajoilla olisi hyvä olla 3-4m tilaa. Yleisten tilojen pelipaikalla olisi hyvä olla tilavat, jotta joukkueen on helppo liikkua ja toimia oheistiloissa. Koska pelaajilla on käytössään erilliset pelituolit, joihin he siirtyvät ennen pelin alkua, on toisille tuoleille oltava hyvät ja turvalliset säilytyspaikat. (Suomen vammaisurheilu ja liikunta VAU ry:n www-sivut 2013a.)



Kuva 5. Sisäharjoitukset koululla.

Välineet

Pyörätuolikoripallon pelituoleja leirillä oli Suomen vammaisurheilu ja -liikunta ry:ltä vuokrattuna vuona 2012 neljä ja vuonna 2013 kuusi kappaletta. Näiden lisäksi yhdellä ohjaajalla oli oma pelituoli mukana molempina vuosina ja vuonna 2013 myös yhdellä leiriläisellä oli oma pelituoli mukana. Ilman pelituoleja ei pyörätuolikoripalloa voi pelata, koska tavalliset pyörätuolit ovat kooltaan väärän kokoisia ja

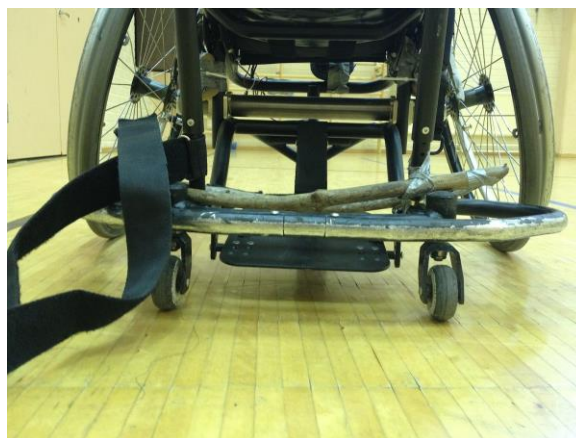
kömpelöitä liikutella. Tavallisissa pyörätuoleissa ei myöskään ole jalkoja suojaavaa kehikkoa eivätkä niiden rungot kestä törmäyksiä.

Leirin ohjaajilla/ lajijohtajalla pitää olla työkaluja mukana, koska tuoleja joudutaan muokkaamaan ja renkaita täyttämään joka harjoituksissa. Tässä lista tarvittavista työkaluista ja välineistä:

- Pieni työkalupakki (ruuvimeisseleitä, sivuleikkurit jne.)
- Fläppitaulu/ magneettitaulu harjoitusten selkeyttämiseksi
- Vaihtorenkaita ja -kumeja pelituoleihin
- Pieniä hanskoja, ettei käsiin tule rakkoja kelaamisesta
- Pallo- ja rengaspumput
- Oikeita varakiiloja pelituoliin jalkojen nostamiseksi oikealle korkeudelle



Kuva 6. Pelaaja pelituolissa. Kuvan ottanut Kati Karinharju.



Kuva 7. Pelituoli, jonka jalkojen paikkaa on korotettu puu-viritelmällä pelaajalle oikean korkuiseksi, kun ei ollut oikeita varakiiloja.

Oheistoiminta leirillä

Leiriläiset pääsivät leirillä kokeilemaan muitakin lajeja pyörätuolikoripallon lisäksi. Heillä oli mahdollisuus osallistua leireillä hieman erilaisiin oheistoimintoihin. Oheistoimintoja leireillä olivat vuonna 2012 *melonta kajakeilla, judo, pyörätuolirugby ja kirkkovenesoutu*. Kirkkovenesoudussa huomasimme pienen ongelman siinä, että mo-

nella pyörätuolissa istuvalla henkilöllä ei ole lihaksia ja voimaa jaloissa, joten kirkovenettä soudettaessa heidän tasa-painonsa horjuu herkästi, kun he eivät saa jaloilla tukea maasta. Siinä on riski pudota penkiltä veneen lattialle airon työntämänä.

2013 vuoden leirillä oheistoimintoina olivat *alkusammutuskurssi AS1*, *kelkkakiekko*, *melonta kajakeilla* ja *seinäkiipeily*. Kaikkien leiriläisten yhteinen disko pidetään aina leirillä yhtenä iltana. AS1-kurssille osallistuminen haastoi myös kurssin vetäjät miettimään sammuttamista eri näkökulmasta, koska sammuttajana toimii pyörätuolissa istuva henkilö. Seinäkiipeilyssä ne nuoret jotka uskalsivat kokeilla, saivat hirveästi lisää itseluottamusta siitä, että pystyivät kiipeämään seinällä vaikka eivät siihen menneet ensin uskoa itse. Myös se, että heitä nostettiin korkealle valjaiden varassa, jos kiipeäminen ei itsenäisesti onnistunut, antoi nuorille paljon erilaisia aistikokemuksia. Leirille tehdyn esteettömyyskartoituksen (Mäkelä 2010, 30.) pohjalta oli helppoa järjestää oheisohjelmaa nuorille, koska esteettömyyskartoitus antaa kattavan kuvan siitä, että lähes kaikkialle pääsee pyörätuolilla paikalle.

Uusien pyörätuolilajien kokeileminen oli nuorista hauskaa, sillä kukaan ei ollut ennen kokeillut pyörätuolirugbyä tai kelkkakiekkoa.



Kuva 8. Seinäkiipeily.



Kuva 9. Melonta kajakeilla.



Kuva 10. Alkusammutusharjoitus



Kuva 11. Kelkkakiekkoharjoitukset. Kuvan ottanut Kati Karinharju.

6.4.2 Psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön tarkastelua

Leirin yleinen ilmapiiri / asenteet / organisaatio

Pyörätuolikoripallon omassa leirissä oli hyvä ilmapiiri koko ajan leiriläisten ja ohjaajien välillä. Yleisesti leiriläisten erityistarpeet otettiin huomioon hyvin leiriorganisaation taholta.

Muiden leirien leiriläiset aluksi kummastelivat ja hämmästelivät pyörätuolilla liikkuvia leiriläisiä, mutta ensimmäisenkin leirin loppuviikosta kukaan ei enää kiinnittänyt

erityistä huomiota erilaisilla liikkuviin pyörätuolikoripallolajileiriläisiin. Vuonna 2012, kun pyörätuolikoripallo oli ensimmäistä kertaa lajina leirillä, muutama muun lajin nuori käveli pyörätuolikoripallolajileirin ohi todeten: ”Tää on kyllä ”coolein” leiri Pitkiksellä!” ja lajin vaihtopäivänä useat muiden leirien leiriläiset halusivat tulla kokeilemaan pyörätuolilajeja.



Kuva 11. Tunnelmia leirin päätöstilaisuudesta. Kuvan ottanut Kati Karinharju.

Ohjaajat/ avustajat

Leirienohjaajina toimivat sairaanhoitaja-, fysioterapeutti- ja sosionomiopiskelijoita (AMK). Opiskelijat olivat SAMK:ista. Tämän lisäksi oli lajipäällikkö, yksi fysioterapeutti ja yksi pyörätuolia käyttävä ohjaaja. Ohjaajien vastuulla oli huolehtia leiriläisten lääkkeistä ja yleisestä hyvinvoinnista sekä ohjata ja avustaa heitä tarvittavissa tilanteissa. Pyörätuolissa istuvan ohjaajan antamalla vertaistuellalla oli suuri vaikutus nuorten jaksamiseen kulkea ja liikkua ilman apua alueella.

Valmentajat

Pyörätuolikoripalloharjoituksia olivat pitämässä ammattilaiset, joko lajia itse kauan pelanneita tai valmentajana toimivia henkilöitä. Valmentajien merkitys on suuri, sillä he innostavat ja kannustavat ja antavat samalla nuorille esimerkkiä siitä miten lajia kuuluu harjoitella. Vuoden 2012 leirillä oli kaksi ulkopuolista harjoitustenvetäjää, jotka vetivät harjoituksia maanantaista keskiviikkoon. Toinen heistä oli koripallon ammattivalmentaja ja toinen pyörätuolikoripalloa ammatikseen ulkomailta pelaava henkilö. Loppuviikon harjoitukset piti Yhdysvalloissa yliopistossa koripalloa pelannut fysioterapeuttiopiskelija. Näiden ulkopuolisten harjoitusten vetäjien piti tulla

vuoden 2013 leirille koko leiriksi vetämään harjoituksia, mutta he estyivät muutama päivä ennen leirin alkua tulemasta leirille. Harjoitustenvetäjät hankittiin nopealla varoitussajalla yhteistyöverkkojen kautta. Vuoden 2013 leirillä harjoituksia veti entinen maajoukkuepelaaja sekä yksi SM-tason pelaaja. Myös edellisellä leirillä harjoituksia pitänyt fysioterapiaopiskelija piti myös vuonna 2013 muutamat harjoitukset.



Kuva 12. Hauskoja pelejä ja leikkejä harjoituksissa.

7 POHDINTA

7.1 Aiheen valinta

Opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää ja tarkastella pyörätuolikoripallolajileiriä esteettömyyden näkökulmasta Pitkis-Sport -leirillä. Aiheen valinta tuntui heti hyvältä ja kiinnostavalta. Olin kuitenkin jo ensimmäisellä leirillä ollessani yrittänyt miettiä muiden kanssa, mitä asioita pitäisi kehittää seuraavaa leiriä varten. Se, että olin itse vieressä kun, leiriläinen sanoi:” Kunpa joku vetäis tänne asfaltin.” Vaikutti myös opinnäytetyön aiheen kiinnostavuuteen. Aihe varmistui aikaisiin syksyllä 2012, joten pääsin heti valmiiden muistiinpanojeni kimppuun.

7.2 Teoria

Teoriaa sisältävien lähteiden löytäminen opinnäytetyöhön oli haastavaa. En ollut koskaan ennen tehnyt näin laajaa tehtävää, jossa iso merkitys on teoriaan perehtymisellä ja teorian kirjoittamisella omin sanoin. Teorian hakeminen oli siinäkin mielessä haastavaa, koska piti miettiä, mistä näkökulmasta esteettömyyden lisäksi lähdetään aihetta lähestymään. Myös teorian rajaaminen tiettyihin aihealueisiin oli minulle haastavaa.

Esteettömyyden teorian kautta sain käsityksen siitä, mitkä kaikki asiat vaikuttavat siihen, mitä kukakin voi tehdä ja miten voi vaikuttaa asioihin tässä yhteiskunnassa. Esteettömyyden teorioiden kautta ymmärsin, että nyky-yhteiskunnassa ei niinkään ole ongelmana fyysinen esteettömyys. Kyse on enemmänkin ihmisten asenteista ja ennakkoluuloista eli sosiaalisesta esteettömyydestä, joilla luodaan esteitä yhteiskuntaan.

Inklusion ja kaikille avoimen toiminnan näkökulmat tulevat opinnäytetyössäni hyvin esille. Pyörätuolikoripallolajileiriä ei ole vain integroitu suurleirille mukaan, vaan siellä on varauduttu ottamaan kaikkien erityistarpeet huomioon ja niihin pystytään vastaamaan. Opinnäytetyöni myös tukee kaikille avoimen toiminnan näkökulmaa, koska leiriä pyrittiin kehittämään niin, että se vastaisi paremmin leiriläisten tarpeita.

Kaikille avoin toiminta ja inklusio ovat nousseet esille ihmisten tietoisuuteen peruskoulujen muutoksen kautta. Suomen perustuslaki määrittää, että kaikilla pitäisi olla yhteinen peruskoulu. Laissa on vammaisten ihmisten osalta säädäntö, jonka mukaan kuntien on huolehdittava siitä, että niiden tarjoamat yleiset palvelut soveltuvat myös vammaiselle henkilölle. (Opetushallituksen ylläpitämä Edu.fi www-sivut 2010) Tämän kautta on noussut esille myös liikunnan ja urheilun mahdollistaminen kaikille inklusiivisena palveluna. Suomessa eletään avointen liikuntapalveluiden murrosaikaa, koska palveluja tarjotaan kahdella eri mallilla: osa palveluista järjestetään vertaisryhmissä (erityisryhmissä) ja toinen osa taas järjestetään yleisten liikuntapalveluiden yhteydessä. (Rintala, Huovinen & Niemelä 2012, 220) Tämä murrosvaihe on yksi syy, jonka takia esteettömyys ja muut tasa-arvolakiin liittyvät asiat ovat nousseet ihmisten tietoisuuteen ja tärkeiksi aiheiksi.

7.3 Toiminnallinen opinnäytetyö

Olin jo ennen aiheen varmistumista päättänyt, että haluaisin tehdä toiminnallisen opinnäytetyön. Olen aina pitänyt asioiden kehittamisestä, joten tämä aihe sopi minulle hyvin.

Haastattelu ja osallistuva havainnointi olivat alusta asti mielestäni parhaimmat keinot lähteä tekemään tätä opinnäytetyötä. Haastattelujen luonne vapaamuotoisina, vain aiheet etukäteen strukturoituna, olivat minulle luontevin tapa lähteä niitä toteuttamaan. Näin sain mielestäni kaikista kattavimmat vastaukset ja pääsin esittämään jatkokeskusteluita sekä sain haastateltavilta erittäin hyviä kehittämisideoita. Osallistuva havainnointi oli tärkeässä osassa myös opinnäytetyöni tulosten kannalta. Se, että havainnoin sitä mitä muut tekivät ulkopuolisena ja että olin tilanteissa itse mukana esimerkiksi kelaamassa pyörätuolilla pehmeässä hiekassa, avasi omia näkemyksiäni asioista.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli tarkastella ja kehittää pyörätuolikoripallolajileiriä esteettömyyden näkökulmasta. Tarkemmin tavoitteena oli tarkastella nuorten osallistumisen mahdollisuuksia pyörätuolikoripalloleirille tiedollisen ja taloudellisen esteettömyyden sekä toimintaympäristön näkökulmista. Tavoitteet asetettiin näistä näkökulmista, koska leirin kehittäminen on tärkeää, että leiristä saadaan mahdollisimman mukava leiriläisille ja että leirille saadaan jatkossa enemmän leiriläisiä. Esteettömyys on noussut yhteiskunnan tietoisuuteen ja kaikille avoimen toiminnan merkitys on kasvanut ihmisten tietoisuudessa lähivuosina.

7.4 Raportointi ja tulokset

Olen tyytyväinen saamiini tuloksiin ja kehitysehdotuksiin. Uskon, että näillä muutoksilla, joita tehtiin vuoden 2012 leirin jälkeen vuoden 2013 leirille, oli iso vaikutus leiriläisten mukavuuteen ja viihtyvyyteen leirillä. Opinnäytetyössäni tarkastelu ja kehittäminen koskivat enimmäkseen toimintaympäristöön tehtyjä muutoksia vuodesta 2012 vuoteen 2013. Markkinoinnin ja tiedonsaannin esteettömyyteen liittyvät asiat koskevat enemmän vuoden 2013 leiristä vuoteen 2014 tehtäviä muutoksia.

Tämän opinnäytetyön aikana opin paljon uusia asioita markkinoinnista ja siihen liittyvistä asioista sekä paljon siitä kuinka pienillä asioilla voi olla todella suuri merkitys jollekin. Esimerkiksi se, että meidän leirillemme oli varattu linja-auto kuljetukset Porin prikaatiin, mutta siinä yhteydessä ei huomattu tilata esteetöntä linja-autoa. Sillä oli iso merkitys nuorten pääsemiseen reissuun mukaan. Myös se, että oman leirin eteen tuotiin vanerilevy, vaikutti leiriläisten leiriarkeen valtavasti.

Vaikka valmentajien saaminen leirille meinasi olla todella haastavaa, saimme kuitenkin todella hyvän leirin kasaan. Näin jälkikäteen ajateltuna, jatkossa voisi ollakin parempi, että leirillä kävisi eri päivinä eri valmentajia pitämässä harjoituksia, koska silloin nuoret saavat harjoitteluun monenlaisia näkökulmia ja pääsevät tekemään erilaisia harjoituksia. Tällä tavalla turvattaisiin myös se, että jos joku sairastuu tai muuten estyy saapumasta, olisi leirille varmasti tulossa joku valmentaja.

7.5 Jatkotutkimusaiheita ja yhteenveto

Jatkotutkimusaiheita voisivat olla:

1. Pitkis-Sportilla on NJ1 ja NJ2 leirit eli nuorisajohtajaleirit jo hieman vanhemmille leiriläisille. Miten vanhimmat pyörätuolikoripalloleiriläiset voisivat osallistua tähän nuorisajohtajakoulutukseen vai voivatko?
2. Olisiko Pitkis-Sportille mahdollista saada mukaan joku muukin pyörätuolilaji pyörätuolikoripallon lisäksi?

Pyörätuolikoripallolajileiri on hyvin sopeutunut mukaan Pitkis-Sportille. Leirillä on otettu hyvin huomioon nuorten erityistarpeet ja tämän opinnäytetyön avulla kehitetty leiristä vielä parempi kokemus leiriläisille. Uskon, että opinnäytetyöni kautta saamilani kehitysideoilla ja tarkastelunäkökulmilla on ollut merkitystä pyörätuolikoripallolajileirin kehitykselle nyt, ja tulee olemaan myös tulevaisuudessa. Markkinoinnin kehittämisen avulla leirille voidaan saada enemmän leiriläisiä ja näin saada pyörätuolikoripallolle enemmän näkyvyyttä. Leiriläiset pääsevät leirillä näkemään ja kokeilemaan uusia lajeja. Itseluottamus kasvaa, kun huomaa pystyvänsä tekemään erilaisia asioita, josta hyvä esimerkki on seinäkiipeily. Leirillä he myös tutustuvat muihin pyörätuoli-

koripallosta kiinnostuneisiin nuoriin ja näin voivat luoda uusia sosiaalisia suhteita. Leirin ansiosta vammaisurheilu saalisää näkyvyyttä ja Pitkis-Sport tulee tunnetuksi vammaisurheilijoille.

LÄHTEET

Anttila, P. 2000. Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. 3. p. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013a. Viitattu 12.3.2013.
<http://www.ihmisoikeudet.net/index.php?page=esteettoemyys>

Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013b. Viitattu 15.3.2013.
<http://www.ihmisoikeudet.net/index.php?page=vammaisten-oikeudet>

Invalidiliitto ry:n www-sivut 2013. Esteettömyys. Viitattu 23.4.2013
<http://www.invalidiliitto.fi/portal/fi/esteettomyys/>

Invalidiliitto ry:n ESKE esteettömyyskeskuksen www-sivut 2010. Viitattu 13.6.2013.
<http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/esteettomyys/>

Invalidiliitto ry:n www-sivut 2006. Eduskunnan esteettömyystyöryhmän esteettömyysraportti. Viitattu 15.2.2013
http://www.invalidiliitto.fi/files/attachments/eduskunnan_esteettomyysraportti.doc.

Kangasniemi, J., Reitti, M. & Sillanpää-Reitti T. 2009 Luonto- ja elämysliikunta. I-print Oy.

Karinharju, K. SAMK Esteettömyys 2014. Tietoa, koulutusta ja tulosta. Sarja B, Raportit 1/2014. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Pori. (Ilmestymässä)

Karvinen, P., Hinkkanen, J., Nykänen, R., Kinnunen, J. & Karhu, S. 1997. Luonnossa kotonaan. Helsinki: Rakennusalan Kustantajat RAK.

Lounais- Suomen liikunta ja Urheilu ry LiikU. 2013a. Leiritoiminta. Viitattu 10.10.2013. <http://www.liiku.fi/lapsille/leirit/>

Lounais- Suomen liikunta ja Urheilu ry LiikU. 2013b. Viitattu 1.11.2013.
<http://www.liiku.fi/liiku/>

Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. 2004. Esteistä mahdollisuuksiin Vammaistyön perusteet. Helsinki:WSOY/oppimateriaalit.

Miettinen, P. 1999. Liikkuvalapsi ja nuori. Jyväskylä:VK-Kustannus Oy.

Mäkelä A. 2010. Kaikille avoin liikuntaleiri – suoritusten ja osallistumisen tarkastelua fysioterapian näkökulmasta. AMK- opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Opetushallituksen ylläpitämä verkkopalvelu opetuksen ja oppimisen sekä niiden kehittämisen tueksi. Edu.fi 2010. Viitattu 3.11.2013
http://www.edu.fi/erityinen_tuki/yhteinen_koulu_kaikille

Papunet www-sivut 2012. Kommunikoinnin esteettömyys. Viitattu 5.11.2013.
<http://www.papunet.net/tietoa/kommunikoinnin-esteett%C3%B6myys>

- Pitkis-Sport www-sivut 2013a. Viitattu 14.3.2013.
<http://office.vippnet.net/pitkis2008/index.jsp>
- Pitkis-Sport www-sivut 2013b. Viitattu 9.11.2013.
<http://www.pitkissport.net/leirinetti.html>
- Pesola, K. 2009. Invalidiliiton julkaisuja O.39., 2009 Esteettömyysopas. Viitattu 11.3.2013. http://www.esteeton.fi/files/attachments/esteettomyysopas_pdf.pdf
- Rauhala-Hayes, M., Topo, P. & Salminen, A-L. Suomen itsenäisyyden juhlarahasto SITRA 172 1998. Kohti esteetöntä tietoyhteiskunta. Viitattu 10.5.2013.
<http://www.sitra.fi/julkaisut/tietoyhteiskunta/sitra172.pdf>
- Rintala, P., Huovinen, T. & Niemelä, S. 2012. Soveltava liikunta. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 168. Tampere: Tammerprint Oy.
- Rintala, P. & Mälkiä, E. 2000. Mikä on liikunnan merkitys vammaisille? Teoksessa M. Miettinen (toim.) Haasteena huomisen hyvinvointi- Miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Jyväskylä: PainoPorras Oy, 151-159.
- Rehunen, S. 1997. Terveys ja liikunta. Jyväskylä: VK-Kustannus Oy.
- Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2013. Viitattu 13.9.2013.
<http://www.samk.fi/prime316.aspx>
- Suomen perustuslaki 1999. L11.6.1999/731. Viitattu 13.2.2013.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>
- Suomen Setlementtiliiton www-sivut. Arvokas vanhuus esteettömyys. Viitattu 13.8.2013. <http://www.setlementti.fi/yhdessa-mukana/arvokas-vanhuus/esteettomyys/>
- Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry 2013a. Pyörätuolikoripallon esteettömyys. Viitattu 16.5.2013.
<http://www.vammaisurheilu.fi/fin/lajit/koripallo/esteettomyys/>
- Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. 2013b. Viitattu 5.11.13.
<http://www.vammaisurheilu.fi/fin/vau/>
- Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. 2012. Viitattu 6.11.13.
<http://www.vammaisurheilu.fi/fin/vau/ajankohtaista/?nid=741>
- Taimela, S. & Vuori, I. (toim.) 1999. Liikuntalääketiede. 2. uud.p. Helsinki: Duodecim.
- Verhe, I., Rutti, M. & Suomen Invalidien Urheiluliitto ry. 2007. Esteetön luontoliikunta. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Vertio, H. 2003. Terveystietäminen. Jyväskylä: Tammi.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1. –2. painos. Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy.

Vuori, I. 2005. Liikunta. Suomalaisten terveys. Viitattu 12.10.2013.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00014

Vuori, I. 1996. Tehokas ja turvallinen terveysliikunta. Tampere:UKK-instituutti

World health organization. 2013. What is the WHO definition of health? Viitattu 20.8.2013. <http://www.who.int/suggestions/faq/en/>